

1001 Kritieke Dagen

Lichamelijke, sociale en emotionele gezondheid in ontwikkeling



De periode van conceptie tot en met het tweede levensjaar van een kind duurt ongeveer 1001 dagen. Uit onderzoek blijkt dat deze periode een 'window of opportunity' biedt voor lichamelijke, sociale en emotionele gezondheid tijdens de rest van het leven. Daarom is het van belang dat (wetenschappelijke) kennis over de eerste levensfase onder de aandacht wordt gebracht bij beleidsmakers, en toegankelijk is voor professionals.

In navolging van het manifest *The 1001 critical days* dat in Engeland partij-overstijgende politieke steun kreeg, heeft een aantal samenwerkende organisaties (NIP, NVO, DAIMH en Babywerk) in 2015 het initiatief genomen een Nederlandse versie te ontwikkelen. Dit Nederlandse manifest is besproken met gemeenten, VWS en politieke partijen, met als doel ook in Nederland breed draagvlak te krijgen voor de inzet van wetenschappelijke kennis en expertise om de cruciale eerste twee jaar van kinderen te versterken. In 2018 werd door VWS het landelijke actieprogramma *Kansrijke Start* gelanceerd, waarin het belang van deze periode wordt onderschreven.

www.kansrijkestartnl.nl/actieprogramma-kansrijke-start



Introduction The 1001 critical days by Members of Parliament in Great Britain

'As politicians from across the political spectrum, we have come together for the first time to acknowledge the importance of the 1001 critical days from when a baby is conceived until the age of two. This period of life is crucial to increase children's life chances, and we pledge to work to ensure all babies have the best possible start in life. We are missing an opportunity if we don't prevent problems before they arise. It is vital that a focus on the early years is placed at the heart of the policy making process, and in this manifesto we outline why this period of life is so critical, and how we intend to propel our objectives forward.'

www.parentinfantfoundation.org.uk/1001-critical-days-manifesto

Visie 1001 Kritieke dagen

Het krijgen van een kind is voor ouders een van de belangrijkste gebeurtenissen in hun leven. Ieder kind verdient een gelijke kans op een gezond en gelukkig leven. Met vroegtijdige informatie, de juiste preventie en vroegtijdige interventies is dit mogelijk, en is er gelegenheid de belangrijke relatie tussen ouder en kind tot bloei te laten komen.

Zowel vanuit zorg voor het emotionele, lichamelijke welzijn en de veiligheid van de baby, als vanuit het perspectief van kostenbesparing in de gezondheidszorg, is het noodzakelijk dat beleid over de ondersteuning van jonge kinderen en gezinnen wordt gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek en kennis over de eerste 1001 kritieke dagen.

De visie 1001 Kritieke dagen vraagt om een specifieke focus in de zorg aan baby's en hun ouders. Daar wint de gehele maatschappij mee. De basis voor goed burgerschap wordt in de eerste 1001 dagen gelegd. De landelijke politiek, provincies en gemeenten zouden hun beleid hierop moeten inrichten.

Een mooi voorbeeld is Groot Brittannië, waar een *All Parliamentary Group for Conception to Age 2* is opgericht, zie het rapport *Building Great Britons*, februari 2015. De samenwerkende organisaties NIP, DAIMH en Babywerk pleiten voor een vergelijkbare werkwijze in Nederland.

Inmiddels zijn er mooie, lokale en regionale initiatieven ontstaan onder het actieprogramma *Kansrijke Start*. Deze zijn door beperkte of tijdelijke financiering niet altijd zeker van voortzetting, terwijl investering in deze eerste jaren van landelijk belang is, ook op de lange termijn.

De visie 1001 Kritieke dagen vraagt om een andere focus in de zorg voor baby's en hun ouders. De basis voor goed burgerschap wordt gelegd in de eerste 1001 dagen.

Feiten en aantallen

Belangrijk uitgangspunt voor de visie 1001 Kritieke dagen is de onderbouwing vanuit wetenschappelijk onderzoek. Hieronder een aantal feiten en cijfers.

- Zwangerschap en ontwikkeling de eerste 2 jaar zijn een belangrijke kritieke periode in de ontwikkeling van elk kind.
- Kinderen maken de beste start in hun leven als de jonge hersenen zich in de eerste twee jaar optimaal kunnen ontwikkelen. Vanaf de geboorte tot 18 maanden worden er in de hersenen verbindingen gemaakt met een snelheid van een miljoen verbindingen per seconde.
- Ervaringen tijdens de zwangerschap en in de relatie tussen ouder(s) en kind kunnen de ontwikkeling van de hersenen van de baby beïnvloeden en hebben een levenslange invloed op de lichamelijke en emotionele gezondheid van het jonge kind. De eerste 1001 dagen bieden ook een kans om positieve veranderingen te bewerkstelligen.
- Een foetus of baby die in de baarmoeder of in de eerste 1001 dagen blootgesteld wordt aan toxische stress kan in zijn latere leven allerlei reacties krijgen op stress (cortisol). Dit kan zorgen voor stress-gerelateerde klachten in de volwassenheid zoals: hartklachten of middelenmisbruik, maar ook kunnen al veel eerder sociale en emotionele problemen ontstaan als gevolg van een verstoorde relatie met belangrijke gehechtheidsfiguren, zoals de ouders. Stress kan vele oorzaken hebben; er kan een ernstige, soms levensbedreigende aandoening van het kind zijn, ouders kunnen last hebben van depressieve buien of angstklachten, ouders hebben onderling een slechte relatie met veel ruzie, er is sprake van onverwerkt trauma en/of er zijn maatschappelijke factoren zoals armoede of sociaal isolement.
- De emotionele band tussen een kind en zijn verzorger, die zich de eerste anderhalf jaar ontwikkelt, noemen we een hechtingsrelatie. Aangetoond is dat de sociale en emotionele ontwikkeling van een kind sterk beïnvloed wordt door de kwaliteit van deze relatie.
- Baby's zijn buitengewoon kwetsbaar voor huiselijk geweld, misbruik en verwaarlozing. Met name 0-3 jarige kinderen zijn het slachtoffer van kindermishandeling (41,3%). Ook getuige zijn van huiselijk geweld kan bij jonge kinderen vroege traumatisering veroorzaken, met grote gevolgen voor hun verdere ontwikkeling (Anda e.a., 2006).



- Van alle vormen van ernstig misbruik of mishandeling van kinderen, met de dood tot gevolg gaat het bij 36% om een baby onder de 1 jaar.
- Bij 70% van de baby's die overlijdt is alcohol- of drugsmisbruik bij ouders in het spel.
- Kinderen van ouders met psychiatrische problemen hebben – op enig moment in hun leven – een 1,5 keer zo grote kans op het zelf ontwikkelen van een psychiatrische stoornis (50%) dan anderen (30%). Van de kinderen waarvan beide ouders een psychisch probleem hebben, krijgt 66% ooit in hun leven een psychiatrische stoornis (factsheet *Preventie Trimbos Instituut*).
- In het algemeen geldt dat een kind kwetsbaarder is naarmate het jonger is, ook wat betreft de hersenontwikkeling (Cozolino, 2006). De ouder heeft voor het jonge kind de functie van wat wel genoemd wordt de bio- psychologische regulator van het kind. De invloed van de ouder(s) is op jonge leeftijd dan ook des te groter (Boal, 2005).
- Uit onderzoek wordt steeds duidelijker dat baby's van ouders met psychische/psychiatrische of verslavingsproblemen en/of een verleden van misbruik, verwaarlozing of onverwerkt trauma een sterk verhoogd risico hebben op het ontwikkelen van allerlei problematiek, zoals ouder-kind relatie - en ontwikkelingsproblematiek (o.a. Goodman & Gotlib, 2002; O'Connor, Kogan & Findlay, 2002; Cross, 2001; Fonagy, 2005).
- De problemen beginnen vaak al in de zwangerschap, of tijdens en direct na de geboorte. De pre- en postpartum periode is een kwetsbare tijd voor elke ouder. Als (een van) de ouder(s) echter zelf ook problemen of een mentale stoornis heeft is, dit een extra kwetsbare tijd. Gevoelens van verdriet, schuld en waardeloosheid staan vaak op de voorgrond en ouders kunnen dan minder energie en belangstelling hebben voor hun jonge (pasgeboren) baby (Brockington e.a., 2001).
- Aangetoond is dat baby's van depressieve moeders achterlopen op emotioneel, mentaal, motorisch en cognitief gebied. Zo blijkt ongeveer 45% van de baby's met depressieve moeders onveilige gehechtheidsrelatie met de ouder te hebben ontwikkeld op de leeftijd van 1 jaar (Goodman & Gotlib, 2002). Inadequate interacties en incompetent ouderschap worden niet alleen in verband gebracht met depressie, maar ook met andere psychiatrische stoornissen zoals een bipolaire stemmingsstoornis, angststoornissen, autisme spectrum stoornis, onverwerkt trauma, persoonlijkheidsstoornissen, en met verslavings- middelenproblematiek (Johnson e. a., 2001).
- Voor al deze stoornissen en problemen geldt dat hoe jonger het kind is als de ouder problemen heeft, hoe groter het risico op latere problematiek bij het kind zelf (Fonagy, 2011).
- De ervaringen in de jeugdsector zijn dat ouders vaak pas met hulpvragen komen als hun kind drie jaar of ouder is en negatieve interactiepatronen al zijn ingeslepen, waardoor de kans op een ongunstige ontwikkeling bij het kind wordt vergroot. Preventie en vroegtijdige interventie zijn dus noodzakelijk.



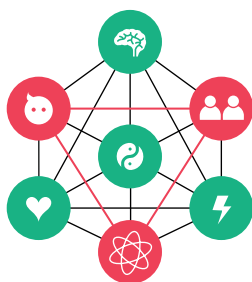
Doel van NIP, NVO, DAIMH en Babywerk is de kennis over 1001 Kritieke Dagen te implementeren in beleid, en deze - dwars door werkvelden en disciplines heen - te integreren in het dagelijks werk van professionals. Dat doen wij door:

- **te laten zien dat de inzet van specialistische kennis over de eerste levensfase loont.**

Het is van belang dat professionals in de jeugdgezondheidszorg, de ggz voor kinderen en volwassenen, het onderwijs, de verloskunde, kraamzorg en ziekenhuiszorg gestimuleerd worden om het jonge kind en het gezin goed te begeleiden, en te interveniëren als dat nodig is. Dit kan in deze fase grote impact hebben op de rest van het leven. Het kan cirkels van (intergenerationale) problematiek doorbreken en kostenbesparend werken op de langere termijn.

- **kennis over 1001 Kritieke Dagen toegankelijk te maken via de website 1001kritiekedagen.nl**

De website draagt bij aan een baseline of knowledge over de eerste 1001 dagen, en de belangrijke invloed die deze periode heeft op de rest van het leven. Het initiatief voor de website 1001 Kritieke dagen is genomen door het NIP, de NVO, de DAIMH en Babywerk.



Contactpersoon is Britt van Beek, NIP
(britt.vanbeek@psynip.nl)



Nederlands Instituut van Psychologen **NIP**

Het NIP is de landelijke beroepsvereniging van psychologen en heeft ruim 13.000 leden. Het NIP heeft een werkgroep Het Jonge Kind voor psychologen die met ouders, baby's en jonge kinderen werken.



*nederlandse vereniging
van pedagogen en
onderwijskundigen*

de NVO is de landelijke beroepsvereniging van pedagogen en onderwijskundigen en heeft ruim 8.500 leden.



De DAIMH (Dutch Association for Infant Mental Health) biedt een onderkomen aan iedere professional die betrokken is bij de geestelijke gezondheidszorg van nog ongeboren kinderen, baby's, peuters, kleuters en hun ouders.



De stichting Babywerk zet zich in om de psychische gezondheid van baby's en hun ouders te bevorderen.